

Corse : De Calacuccia à Piana

Des terres de bergers à la mer

Randonnée Liberté

7 jours, 6 nuits

6 jours de marche

Véritable montagne dans la mer, la Corse ne se laisse pas captiver d'un seul regard.

Composée de mille paysages différents, cette île est une mosaïque de couleurs, avec ses plages de sable fin qui côtoient les pics enneigés.

Les antiques chemins côtiers surplombant la mer, offrent au randonneur un panorama unique sur des villages chargés d'Histoire.

Notre itinéraire se déroule au nord-ouest de l'île. Dans sa partie montagneuse, à Calacuccia le chemin traverse en alternance des régions pastorales aux grands pâturages et des forêts de hêtres, châtaigniers et pins Laricio.

Dès qu'il perd de l'altitude, la végétation typique des régions méditerranéennes s'installe, avec ses pins maritimes, arbousiers, genévriers et agaves. Avec ce séjour nous vous proposons une découverte variée de la Corse au travers de fabuleux sites comme la vallée du Niolu, la forêt d'Aïtone, le village d'Evisa, les gorges de la Spélunca, le village d'Ota.

En point d'orgue, cette randonnée atteint le golfe de Porto aux eaux d'un bleu profond et les célèbres Calanche de Piana, incroyable enchevêtrement d'aiguilles, de pics et arêtes de granite rouge.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Programme

Jour 1 : Début de séjour à Ajaccio

Arrivée à Ajaccio, installation dans votre hôtel. La journée est consacrée à la découverte de la ville d'Ajaccio : son vieux port de pêche, sa citadelle, ses ruelles commerçantes et de nombreux monuments à la gloire de Napoléon... Les plages toutes proches vous inciteront peut-être à la baignade. Visite possible des îles Sanguinaires en bateau.

Le sentier des Crêtes

Au départ d'Ajaccio deux options sont proposées sur le sentier des Crêtes, dominant la ville et le golfe d'Ajaccio. Les points de vue sur la mer et les montagnes sont superbes.

Distance : de 6km à 11km , durée : de 2h à 4h , dénivelé plus : de +140m à +340m, dénivelé moins : de -140 à -340m.

Jour 2 : D'Ajaccio à Calacuccia

Tôt le matin en fonction des disponibilités, montée jusqu'à Corte soit en train soit en bus puis transfert dans la Scala Santa Régina.

La Scala Santa Régina

Randonnée sur un superbe chemin en balcon. Les chemins de la Scala de Santa Régina font partie d'un ancien réseau de sentiers de transhumance qui avaient pour fonction de rapprocher les bergers de la montagne mais aussi de la mer. Randonnée sur l'un des plus beaux tronçons qui est taillé dans la roche. Arrivé au village de Corscia, vous continuerez jusqu'au pont de l'Ercu où la baignade est possible. Descente jusqu'au village de Calacuccia en passant par les châtaigneraies centenaires.

Distance : 10km, durée : 4h00, dénivelé plus : +700m, dénivelé moins : -340m.

Jour 3 : De Calacuccia au col de Vergio

Montée jusqu'au plus haut col routier de Corse : le Col de Vergio par un ancien sentier de transhumance. De bergerie en bergerie, vous découvrirez ce qu'était le cadre de vie des bergers. Ces hommes venaient en ces lieux pour bénéficier de l'herbe tendre et fraîche qui y poussait à partir du printemps. Au fur et à mesure que la saison avançait, les troupeaux devaient monter toujours plus haut pour se nourrir. En longeant le ruisseau de Ciattarina, l'envie de la baignade se fera pressante. Vous rejoindrez ensuite le mythique GR 20 pour arriver à la petite station de ski du Col de Vergio.

Distance : 13km, durée : 5h30, dénivelé plus : +750m, dénivelé moins : -200m.

Jour 4 : Du col de Vergio à Evisa par Radule

Avant de quitter la vallée du Niolu, le chemin emprunte le GR20 pour rejoindre les spectaculaires bergeries de Radule accrochées aux parois de granite, à proximité desquelles coulent une succession de belles cascades. Descente ensuite dans la forêt d'Aitone, transition entre la haute montagne et le golfe de Porto. Le sentier longe la rivière d'Aitone et ses gros blocs rocheux dont certains, creusés par la force des eaux forment de véritables piscines naturelles dont les célèbres piscines naturelles d'Aitone.

Distance : 12km, durée : 5h30, dénivelé plus : +200m, dénivelé moins : -650m.

Jour 5 : De Evisa à Porto

L'itinéraire perd encore de l'altitude pour rejoindre le niveau de la mer en empruntant l'ancien sentier muletier des gorges de la Spelunca au cœur d'un massif de granite rose : le spectacle est grandiose. Il franchit plusieurs fois la rivière sur d'antiques ponts génois, traverse le typique village d'Ota et rejoint Porto dans une végétation où surgissent figuiers de barbarie, agaves, eucalyptus et autres espèces typiques de la flore méditerranéenne.

Distance : 14km, durée : 5h30, dénivelé plus : +320m, dénivelé moins : -1170m.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Jour 6 : De Porto à Piana

Le sentier quitte Porto en longeant sa plage de galets et s'élève progressivement au-dessus du golfe aux eaux bleu profond en profitant des vues superbes sur la réserve de Scandola ou le Capu Ceninu. Vous arriverez ensuite dans les Calanche de Piana, site inscrit au patrimoine de l'humanité par l'UNESCO qui est un incroyable enchevêtrement d'aiguilles, de pics, d'arêtes de granite rouge, sculptés, modelés par l'érosion de la façon la plus déroutante qui soit. Distance : 12km, durée : 5h00, dénivelé plus : +520m, dénivelé moins : -140m.

Jour 7 : De Piana à Ajaccio

Retour sur Ajaccio soit le matin, soit dans l'après-midi. Attention en début et fin de saison un seul bus possible le matin. Nous consulter pour les horaires. Randonnée possible au départ de Piana.

Randonnée à Ficaghjola

Possibilité de descendre se baigner à l'anse de Ficaghjola qui est une petite crique de sable blanc. Entouré par les montagnes, ce site est très pittoresque.

Distance : 5km , durée : 3h00, dénivelé plus : +450m, dénivelé moins : -450m.

Les Calanche de Piana

Découverte du massif des "Calanche" Piana, site inscrit au patrimoine de l'humanité par l'UNESCO. Cette randonnée est l'occasion de découvrir un incroyable enchevêtrement d'aiguilles, de pics, d'arêtes de granite rouge sculptés, modelés par l'érosion. Pour les sportifs, ascension possible du Capu d'Ortu.

Distance : 11km, durée : 4h30, dénivelé plus : +500m, dénivelé moins : -500m.

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Quelques précisions

Niveau

Marche sur de bons sentiers, nécessitant néanmoins une bonne forme physique.

Prix

- Du 01/04/2008 au 30/06/2008 : Prix/adulte en gîte 510 €, Prix/pers en chambre de deux 580 €, Prix/pers en chambre individuelle 720 €

- Du 01/07/2008 au 31/08/2008 : Prix/adulte en gîte 526 €, Prix/pers en chambre de deux 596 €, Prix/pers en chambre individuelle 736 €

- Du 01/09/2008 au 31/10/2008 : Prix/adulte en gîte 510 €, Prix/pers en chambre de deux 580 €, Prix/pers en chambre individuelle 720 €

Suppléments/réductions :

- Réduction Promo séjour : 40 €/pers

Le prix comprend :

L'hébergement en demi-pension (sauf le J6), les transferts locaux, le transport des bagages, le dossier de voyage avec cartes IGN et topo-guide.

Le prix ne comprend pas :

Les assurances, les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme, les boissons et dépenses personnelles, le repas du soir du J6 à Piana, les pique-niques.

Encadrement

Randonnée en liberté sans encadrement.

Portage

Durant la randonnée portage juste de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...). Vous aurez cependant à transporter vos bagages entre les hébergements et le départ du bus au début et à la fin. Prévoir un bagage facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

Hébergement/nourriture

Hébergement

En chambre de deux, en fonction des disponibilités en hôtel ou chambre d'hôtes, avec douche et wc dans la chambre.

Nourriture

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)

- Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert. Repas du soir non inclus à Piana.

- Pique-niques non inclus. Achat sur place possible.

- Boissons non comprises.

Début/fin

Début : A votre hôtel à Ajaccio

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCES AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Fin : A la gare routière d Ajaccio.

Organisation

Nous nous chargeons des réservations de vos différents hébergements sur le circuit, du transport des bagages et de vos transferts comme marqué sur votre programme ; nous vous fournissons un dossier complet avec cartes et topos détaillés. De plus, durant votre randonnée notre équipe d'assistance pourra également répondre à toutes vos questions et vous apporter si nécessaire les conseils utiles au bon déroulement de votre séjour.

Vos transferts durant le séjour

Jour 2 : Vers 8h30 montée en fonction des disponibilités soit en bus soit en train jusqu'à Corte (2 heures de trajet), puis transfert en taxi jusqu'à la Scala Santa Régina (0h30 de trajet). Les horaires de trains et de bus peuvent varier en fonction de la saison, nous vous communiquerons les horaires définitifs une fois sur place.

Jour 6 : Le retour de Piana à Ajaccio s'effectue en bus de ligne. 2 bus par jour soit 8h, soit 15h, durée du trajet 1h45. En début et fin de saison il est possible que le bus de 15h ne soit pas disponible, nous consulter.

Dates

Départ tous les dimanches de début avril à fin octobre (pour un départ un autre jour nous consulter).

Nombre de participants

A partir de 2 personnes

Accès

Gare maritime ou aéroport d' Ajaccio.

Bibliographie

Ouvrages généraux – tourisme – gastronomie

- Le grand chemin, toutes les étapes du GR20 par le PNRC (Albiana)
- Corse, par A et F Rother (Arthaud)
- Guide Bleu de la Corse (Hachette)
- Guide pratique de la Corse par Olivier Jehasse (éditions de la Marge, Ajaccio)
- La bonne cuisine corse, par Christine Schapira (éditions Solar)

Géographie – nature

- Parc naturel régional de la Corse, plantes et fleurs rencontrées, par Marcelle Conrad
- Roches et paysages de la Corse, par A. Gauthier (parc naturel régional et BRGM)

Histoire – archéologie – art

- Histoire de la Corse, par Michel Vergé Franceschi (éditions du Félin)
- Arts traditionnels de la Corse, par Loviconi (Edisud)

Infos pratiques

Pour vos nuits supplémentaires à Ajaccio

Hôtel Le Dauphin (HT) : 04 95 51 29 96 ; www.ledauphinhotel.com/

Hôtel Le Kallisté **: 04 95 51 34 45 ; www.hotel-kalliste-ajaccio.com/

Hôtel Fesch ***: 04 95 51 62 62 ; www.hotel-fesch.com

Hôtel Les Mouettes**** : 04 95 50 40 40 ; www.hotellesmouettes.fr

Les navettes aéroport – gare routière

Pour les horaires se renseigner au comptoir accueil de l'aéroport ou de la gare routière

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

ou à la TCA (tel : 04 95 23 29 41)

Circulent tous les jours sauf le 1er mai

Tarif approximatif : 5 euro

Parking véhicule

Parking non payant non surveillé : Parking du Port de l'Amirauté Charles Ornano (près de la gare).

Parking surveillé 24 h/24 payant (60 € la semaine).

Parc de stationnement du Diamant

Avenue Eugène Macchini

Tél. : 04.95.51.00.85

<http://www.europeenne-de-stationnement.fr/pages/fiches/ajaccio.htm>

Pour vos nuits supplémentaires à Bastia

Hôtel Sud Hôtel ** : 04 95 30 20 61 ; www.sudhotel-bastia.com

Hôtel le Forum ** : 04 95 31 02 53

Hôtel Les Sablettes *** : 04 95 58 50 20

Hôtel Ostella*** : 04 95 30 97 70 ; www.hotel-ostella.com

Parking Véhicule

Parking privé payant non surveillé : 1.3 € l'heure ; 11€ la journée ; 30 € la semaine

Parc St Nicolas

Place St Nicolas

Tel : 04 95 32 63 17

Rue non payante : Avenue Jean Zucarelli.

Pour vos nuits supplémentaires à Calvi

Hôtel du Centre (HT) : 04 95 65 02 01

Hôtel Christophe Colomb ** : 04 95 65 06 04 ; www.resa.hotel-calvi.com

Hôtel le Grand Hôtel *** : 04 95 65 09 74 ; www.grand-hotel-calvi.com

Hôtel La Villa ****luxe : 04 95 65 10 10 ; www.hotel-lavilla.com

Parking véhicule

Parking municipaux payants non surveillés : Parking du Port, Parking de la Citadelle.

Parking non payant non surveillé : RN 197 Route de Bastia Face au Super U.

Pour vos nuits supplémentaires à Corte

Hôtel de la Paix** : 04 95 46 06 72

Hôtel du Nord** : 04 95 46 00 68 ; www.hoteldunord-corte.com

Hôtel Les Jardins de la Glacière** : 04 95 45 27 00 ; www.lesjardinsdelaglaciere.com

Hôtel Dominique Colonna*** : 04 95 45 25 65 ; www.dominique-colonna.com

Parking véhicule

Parking municipal payant non surveillé: Parking Tufelli

Place du marché.

Pour vos nuits supplémentaires à Porto-Vecchio

Hôtel Holzer ** : 04 95 70 05 93 ; <http://www.corse-eternelle.com>

Hôtel Le Goéland ** : 04 95 70 14 15 ; www.hotel-le-goeland.com

Hôtel Shegara *** : 04 95 70 40 31 ; www.shegara.com

Hôtel Alcyon *** : 04 95 70 50 50 ; www.hotel-alcyon.com

Parking véhicule

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Parking municipal payant non surveillé:
Parking St Catherine (horodateur 0.6 € de l'heure
Rue Maréchal Juin ;
Parking Rue St Vincent.

Pour vos nuits supplémentaires à Propriano

Hôtel Bellevue (HT) : 04 95 76 01 86 ; www.hotels-propriano.com
Hôtel Beach Hôtel ** : 04 95 76 17 74 ;
Hôtel Claridge *** : 04 95 76 05 54 ; www.hotels-propriano.com
Grand hôtel Miramar ****luxe : 04 95 76 06 13

Parking véhicule

Parking municipaux non surveillés (non payant, mais changement possible été 2006)
Parking du Port ;
Parking de la Poste – Quartier de la Plaine.

Comment rejoindre la Corse :

Par bateau :

SNCM : départs de Marseille, Nice ou Toulon
Tel : 0891 701 801
Site web : www.sncm.fr
Corsica Ferries : départs de Nice ou Toulon
Tel : 0825 095 095
Site Web : www.corsicaferries.com/Pcorsica.srv
CMN (Compagnie Méridionale de Navigation) : départs de Marseille
Tel : 0810 20 13 20
Site Web : www.cmn.fr

Par avion :

vols réguliers ou vols charters :
Air France : tél 0 820 820 820
site web : www.airfrance.fr
et Corsair (Nouvelles Frontières), Look charter, etc...

Les Transports publics en Corse :

Toutes les informations sur le site :
<http://www.corsicabus.org/index.html>

Les lignes de bus :

Pour information, les horaires sont susceptibles de modification.

Ligne de Bus Calvi, Ponte-leccia, Bastia :

Bus Les beaux voyages tel : 04 95 65 11 35. Départs à 06h45 du 01/09 au 30/06 du lundi au vendredi sauf les jours fériés et du 01/07 au 31/08 du lundi au samedi sauf jours fériés.

Durée du trajet Calvi Ponteleccia 1h45 ; Calvi Bastia 2h15.

Ligne de Bus Ajaccio, Propriano, Porto - Vecchio :

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : +33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Bus Eurocorse voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs à 08h30 ou à 16h00 du 16/09 au 30/06 du lundi au samedi sauf dimanches et fêtes et du 1/07 au 15/09 tous les jours.

Durée du trajet Ajaccio Propriano 1h50 ; Ajaccio Porto - Vecchio 3h30.

Ligne de Bus Ajaccio, Vizzavona, Corté, Ponte Leccia, Bastia :

Bus Eurocorse Voyages tel : 04.95.21.06.30. Départs à 07h45 et 15h00 tous les jours sauf dimanches et jours fériés.(horaires à vérifier)

Ligne de Bus Bastia, Porto-Vecchio :

Bus Les Rapides Bleus tel: 04 95310379. Départs à 08h30 ou à 16h00 du lundi au samedi sauf dimanche et fêtes et du 04/07 au 15/09.

Durée du trajet Ajaccio Corté 1h45 ; Ajaccio Bastia 3 heures

La compagnie des Chemins de Fer de la Corse :

Ligne Bastia, Ponte Leccia, Corté, Vizzavona, Ajaccio

Ligne Bastia, Ponte Leccia, Ile Rousse, Calvi

Gare d'Ajaccio : 04 95 23 11 03

Gare de Bastia : 04 95 32 80 61

Gare de Calvi : 04 95 65 00 61

Gare de Corté : 04 95 46 00 97

A emporter dans vos bagages

Votre bagage

Dans la mesure du possible nous vous conseillons de prévoir un bagage suiveur avec cadenas, facilement transportable (roulettes) pour vos déplacements avant et après le séjour (gare, aéroport).

Pour les randonnées itinérantes en montagne de type GR20, lorsque le transport de bagages est prévu par animaux de bât prévoir un sac de voyage solide pouvant être accroché sur des mulets car les valises sont interdites. En cas de doute consultez-nous.

Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 10kg 12kg avec un seul bagage suiveur par personne.

Le sac à dos

La taille du sac est très importante elle peut varier en fonction du type de séjour.

Pour une randonnée dite sans portage : 30L minimum

Pour une randonnée avec portage allégé ou partiel : 50L minimum

Pour une randonnée avec portage : 60L minimum

Le fond de sac

Quelque soit le séjour effectué vous devrez toujours emporter avec vous un vêtement de pluie, le pique-nique, une gourde d'eau ainsi qu'une petite trousse de secours et vos objets personnels, appareil photo, chapeaux, jumelles etc etc.

Les chaussures

Les chaussures dépendront du séjour sur lequel vous partirez, c'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Pour les petites randonnées nous vous recommandons des chaussures de marche souples de type trekking avec une bonne semelle et un bon contrefort.

Pour les randonnées en montagne de plus de 4h, prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle assez rigide.

Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite car vos pieds auront tendance à gonfler.

Pour les séjours spécifiques comme le vélo ou les multi-activités prévoir des chaussures de sport à semelle crantée (type multisport) qui permettent de marcher et de faire du VTT dans de bonnes conditions

Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un maillot de bain et une serviette
- Pour le début et fin de saison prévoir des gants fins et un bonnet pour les randonnées en altitude de type GR20

Pour le couchage

Un sac de couchage de bonne qualité est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en gîte, en refuge ou sous tente.

Une fermeture éclair sur le coté est préférable pour faciliter la ventilation lors des nuits les plus chaudes. Un recouvrement de coton ou d'ouatine s'ajoute à la chaleur et au confort d'un sac et l'empêche de devenir excessivement sale.

Pour les nuits en bivouac nous vous fournissons le matériel nécessaire (tente, tapis de sol), si vous possédez un matelas gonflable de type thermarest nous vous conseillons de l'emmener.

Les boules quies

Sac à viande (sac cousu)

Pour le pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique (0,5L) pour transporter les salades éventuelles des pique-niques.
- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde d'un litre minimum.

Petit matériel

- Une paire de tennis style jogging, ou de sandalettes pour le soir
- Une paire de bâtons télescopiques
- Lunettes et crème solaire
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo...

A votre service

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83